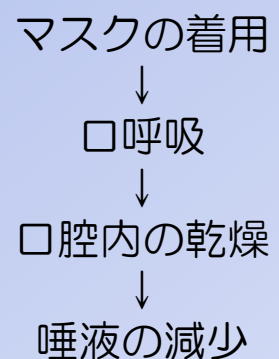


マスク着用による口腔内のトラブル

新型コロナウイルス感染予防のため、社会生活の中ではマスクの着用が当たり前となっています。そこで今回はマスク着用によって生じる口腔内のトラブルについてお話します。

マスクをしていると口を動かす機会が減ることに加えて、暑さや息苦しさを楽に感じる口呼吸になってしまいがちです。

口呼吸をしていると口の中は乾燥し、唾液の自浄作用が働かなくなり虫歯や歯周病の原因菌も繁殖しやすい環境になってしまいます。



口腔内の乾燥を防ぐためにも、こまめな水分補給を心がけ、口呼吸にならないように意識的に気を付けましょう。